

Informatie voor patiënten en familie

Deeltijdse dagbehandeling eetproblemen jongeren



Je overweegt het gespecialiseerde programma van vier behandeldagen per week in de afdeling voor eetstoornissen van het UPC KU Leuven.

In deze folder lees je wat je kan verwachten. De beslissing om het programma te starten neem je samen met je ouders, tijdens een intakegesprek op de raadpleging eetstoornissen. Het zorgteam staat klaar om samen met je aan de slag te gaan. Wees van harte welkom.

Voorwaarden

- je bent minimum 15 jaar
- je hebt een diagnose eetstoornis
- ambulante therapie voor je eetstoornis volstaat niet
- jij en je gezin hebben voldoende draagkracht om thuis zijn deeltijds met therapie te combineren
- je hebt een *Body Mass Index* van minimum 14.0 kg/m²

Holistisch

Bij dit vierdaags dagprogramma streeft het zorgteam ernaar om voor jou een omgeving te creëren die geborgenheid, begrip en groeikansen biedt. Het team vertrekt van de kracht van een holistische benadering. Het integreert lichamelijke, emotionele en psychologische aspecten van je herstel. Het programma ondersteunt het herstel van je relatie met voedsel, je lichaam, je naasten en jezelf als geheel.

Multidisciplinaire therapie

Het therapeutisch team begeleidt je in dit programma met hoofdzakelijk groepstherapie. Het gaat om een multidisciplinair team met een psychiater en experts in onder meer voedingstherapie, psychomotorische therapie en psychotherapie. Samen gaan zij op zoek naar de functies van je eetprobleem en naar die factoren die je symptomen in stand houden.

Naast groepstherapie biedt het therapeutisch team ook individuele ondersteuning. De focus daar ligt op de bredere problematiek, onderliggend aan de eetstoornis. Daar ontstaat ruimte om eigen thema's in te brengen.



Vier dagen per week, twintig weken

In dit behandelprogramma werk je in een vaste groep. Samen ga je op pad gedurende twintig weken, opgedeeld in fases.

Je komt hiervoor naar het ziekenhuis van maandag tot en met donderdag, telkens van 9.30 tot 16 uur. Per dag volg je twee therapievormen. Er is ook een tijdsblok voorzien voor de ziekenhuisschool of vrije tijdsinvulling.

Behandelfases

Motivatiefase | week 1 - 6

Deze fase is gericht op het vergroten van je motivatie. Ze vergroot je inzicht in de eetstoornis en de meerwaarde (en noodzaak) van je behandeling. Het therapeutisch team biedt individuele sessies en groepssessies aan om je te ondersteunen bij het verkennen van je persoonlijke doelen en het identificeren van je eigen kwaliteiten.

Reflectieweek | week 7

Tijdens deze week blik je terug op je voortgang en je ervaringen tot dan toe. In een groeigesprek word je aangemoedigd om te reflecteren over je emoties, gedachten en gedragingen in relatie tot je eetstoornis.

Behandelfase | week 8 - 13

Deze fase is voornamelijk een zoektocht tussen autonomie en vasthouden. Je ontwikkelt gezonde coping-mechanismen en leert vaardigheden aan om met je onderliggende moeilijkheden aan de slag te gaan. Als het goed gaat, is afbouwdag mogelijk. Als het moeilijk gaat, houden de therapeuten je meer vast via extra therapie.

Ontslagfase | week 14 – 20

De laatste fase van het programma start met een reflectieweek. Nadien leer je inzetten op je verworven vaardigheden en bereid je je voor op een succesvolle terugkeer naar je dagelijks leven. Je staat stil bij terugvalpreventie. En je creëert ruimte om meer te oefenen buiten de muren van het ziekenhuis. In deze fase is de halve afbouwdag een standaard.

Ouders als hulpbron

Binnen deze behandeling worden je ouders nauw betrokken, op verschillende manieren.

In de motivatiefase gebeurt dat via oudersessies. Daarin krijgen ze ondersteuning om de eetstoornis beter te begrijpen en te leren hoe ze kunnen helpen bij het herstelproces.

Vanaf de behandelfase gaan ze intensief aan de slag in enkele dagen multi familie therapie. Gezinnen krijgen de kans om samen te komen, ervaringen te delen en steun en erkenning te ontvangen van andere gezinnen die met soortgelijke uitdagingen worden geconfronteerd.

In de ontslagfase blijft ouderbetrokkenheid een prioriteit. Er zijn gezinsgesprekken om de voortgang van de behandeling te bespreken, de dynamieken van de eetstoornis een plaats te geven, en een ondersteunend netwerk te creëren voor jou na je ontslag.

Ouders zijn ook van harte welkom tijdens de groeigesprekken in week 7 en week 14. Daarin kunnen ze je voortgang bespreken en eventuele vragen stellen of zorgen bespreken.

Maaltijden

Geleidelijk een gezond eetpatroon opbouwen. Dat is een kernprincipe van deze behandeling. De ervaring van de therapeuten leert dat dit een uitdagend proces kan zijn. Daarom moedigen ze een stapsgewijze aanpak aan. Zodra je bij hen aankomt en onder hun zorg valt, stellen ze een individueel plan voor je op. Het is een opbouwschema dat een geleidelijke toename van voedselinname omvat, waarbij ze streven naar een gewichtstoename van 500 gram per week.

In het ziekenhuis krijg je een middagmaal en twee tussendoortjes. Je ontbijt, avondmaal en avondtussendoortje eet je thuis. Twee keer per week is het middagmaal een warme maaltijd, de andere twee dagen eet je in het ziekenhuis een broodmaaltijd.

Groeigesprek

In week 7 en week 14 heb je een groeigesprek waarbij ook je ouders uitgenodigd zijn. Het therapeutisch team is hierbij aanwezig. Je bespreekt er je behandeltraject en welke evolutie je al hebt gemaakt in de weken ervoor. Op dat evaluatiegesprek worden ook je doelen voor de komende periode besproken.

Terug naar je normale leven

Het doel van deze deeltijdse dagbehandeling is om je te helpen herstellen van je eetstoornis en terug te keren naar je normale leven met je dagelijkse activiteiten, zoals je school of je studies. Het programma is minder intensief dan bij een volledige klinische opname, maar biedt nog steeds intensieve zorg en ondersteuning.

Het is echter belangrijk om te benadrukken dat iedereen anders is. Hoe een optimale behandeling er voor jou uitziet, hangt van je individuele behoeften af.

Contact

Afdeling eetstoornissen UPC KU Leuven

UPC KU Leuven, Campus Gasthuisberg | Rode straat, poort 2
016 34 82 20

Onthaal om je intake te plannen

raadpleging eetstoornissen
016 34 80 00

Psychiater

dr. Charline Denys
016 34 80 00

Hoofdverpleegkundige

016 34 82 25

Sociaal werker

016 34 82 19



UNIVERSITAIR PSYCHIATRISCH CENTRUM KU LEUVEN
Z.ORG KU LEUVEN

campus Kortenberg

Leuvensesteenweg 517
3070 Kortenberg
T +32 2 758 05 11

campus Gasthuisberg

Herestraat 49
3000 Leuven
T +32 16 34 80 00

www.upckuleuven.be

info@upckuleuven.be